



6月の給食より、パンによく合うレシピを紹介します！

分量は目安です。ご家庭で調節してください。

☆ ジャーマンポテト ☆ (4人分)

材料	分量	作り方
サラダ油	小さじ1/2	① 玉ねぎは薄くスライスし、パセリはみじん切りにする。 ② ジャがいもはいちょう切りにして水にさらし、水気を切って、やわらかくゆでる。 ③ えだ豆むきみはゆでる。 ④ ベーコンは短冊きりにする。 ⑤ フライパンに油を熱し、ベーコンと玉ねぎをよく炒めて調味する。 ⑥ ゆでたジャがいもと枝豆、パセリを加え炒め合わせる。
ベーコン	2枚	
玉ねぎ	1/4個	
(冷) 枝豆むきみ	30g	
塩	小さじ1/6	
こしょう	少々	
固形コンソメ	1/4個	
ジャがいも	2個	
パセリ	少々	

ジャがいもにベーコンの旨みがいみこんでおいしいです。えだまめをコーンにかえても good!

☆ 豆乳クラムチャウダー ☆ (4人分)

材料	分量	作り方
サラダ油	小さじ1	① 玉ねぎ、にんじんは角切りにする。 ② ジャがいもは角切りにして水にさらし水気を切る。 ③ ブロッコリーは小房に分けてゆでる。 ④ (冷) あさりむきみは解凍する。 ⑤ 鍋に油を熱し、玉ねぎ、にんじんを炒める。 ⑥ マッシュルームを入れて炒め、水を加えて煮る。 ⑦ ジャがいも、あさりを加えて煮る。 ⑧ 豆乳を加えて調味する。 ⑨ 水でといた米粉を加え、とろみを調節する。 ⑩ ゆでたブロッコリーを加える。
玉ねぎ	1/2個	
にんじん	小1/4本	
ジャがいも	1/2個	
(冷) あさりむきみ	60g	
マッシュルーム缶	小1缶	
水	2カップ	
調整豆乳	1/2カップ	
ホワイトルウ	20g	
塩	ひとつまみ	
こしょう	少々	
固形コンソメ	1/2個	
米粉/水(米粉をとくため)	各大さじ1	
ブロッコリー	1/4個	

乳製品にアレルギーのあるお子さんにも食べてもらえるように、牛乳の代わりに豆乳を使っています。あさりのうま味が感じられるスープです。

